

摂食嚥下障害の啓発に注力

ゆめカステラプロジェクト（長崎県）



「嚥下食デザートコンテスト」の開催などを通じて、地域住民に摂食嚥下障害の理解を深める活動をしているのが、長崎県の市民団体「ゆめカステラプロジェクト」。歯科医師で同団体の代表を務める三串伸哉氏に、団体を設立した経緯や考えなどを聞いた。



三串氏



4回目のコンテストの集合写真

「団体を設立した経緯を教えてください。」

三串 私は歯学部卒業後、勤務先の病院や歯科医院からの訪問診療で摂食嚥下障害のリハビリを専門に行っていました。毎年多くの高齢者が誤嚥性肺炎で亡くなります。誤嚥性肺炎自体は細菌感染症なので抗生剤で治癒し、入院前のご家庭や施設に患者さんは戻っていきます。しか

し再び食事が上手く摂れなくなると、再度誤嚥性肺炎になり入院される方が多いのが実状です。

食事は日常生活の一部ですので、身体や嚥下機能が弱っている場合、本人のみならずご家族、介護者なども気を付けないと誤嚥や窒息は免れません。本人とその周りの人が、誤嚥を防ぐために日々取り組むのは大事なことですが、身体や嚥下機能の衰えを予防する意味でも摂食嚥下障害を知ってもらう啓発活動が必要だと感じました。

そして当時、参加していた地域の医療や介護の課題を多職種で学ぶ勉強会の参加者10人ほどに声をかけたことがきっかけで、2017年に当団体の設立につながりました。

様はYouTubeでライブ配信し、コンテストで集まったレシピはレシピ集として製本して摂食嚥下食障害を持つ方やその家族、医療・介護に携わる方々に配布しています。

嚥下食デザート競技会など開く

——主な活動内容は。

三串 「好きなものを食べて生きていく」を理念に、摂食嚥下障害の啓発活動を主にを行っています。毎月の定例会議での参加者へのレクチャー、地域住民に向けたセミナーや勉強会、学生への出張授業など幅広く取り組んでいます。2020年からは、美味しく食べてやすい嚥下食のレシピを募る「長崎嚥下食デザートコンテスト」を毎年開催しています。

設立当初から今の活動内容だったのでしょうか。

三串 初めは会議参加者への教育、多職種の専門性を生かした啓発活動を地域に向けて行っていました。ただ、団体の活動を継続するにはメンバーが楽しめることが必要と考えました。また多くの方に興味を持ってもらうためにも、摂食嚥下障害の方が食べられない街中にある美味しい食べ物、食べられるように

されています。

ちなみにカステラを選んだ理由は、私の住む町の名物「カステラ」が介護福祉士の国家試験の問いで、「嚥下障害のある高齢者にとって注意が必要な食べ物」と名指しされていたことに衝撃を受けたからです。以降は、地域でさまざまなイベントやセミナーを行う際に、なめらかすてらの試食で参加者に興味を持ってもらいながら、摂食嚥下障害のお話をしています。先程の「嚥下食デザートコンテスト」は、なめらかすてらに続く嚥下食レシピを募集する

目的としても毎年開催しています。第2弾として、コンテストのグランプリレシピであった嚥下食ケーキの商品化に老舗洋菓子店に協力していただきながら取り組んでいます。

——摂食嚥下障害に対する思いへの変化はありましたか。

三串 活動を通じて気づいたのは、医療・介護従事者が摂食嚥下障害の患者さんの食事メニューを考える際、誤嚥の予防に目が向き過ぎではないかということでした。

ムース食やミキサー食といった完全に配慮した食事の提供を指導するばかりでは、摂食嚥下障害の患者さんは食べたいものを食べられず、場合によっては、そのまま最期を迎えざるを得ないのが現状です。

終末期における胃ろうや人工呼吸器使用の選択のように、専門家として最大限リスクを減らす支援を行うつつ、摂食嚥下障害の患者さんも誤嚥のリスクを承知のうえで「食べたものを食べる（選ぶ）」という選択肢があってもよいのではないかと思います。患者さんには諦めずに食べたいものを意思表示して欲しいですし、障害があっても食事を楽しめる場所、例えば街中にとろみのついたお水やメニューを提供するお店が当たり前存在することも、これからの社会に求められると思います。



地域住民向けの摂食嚥下障害を学ぶための研修会の様子



第1弾として開発した嚥下食「なめらかすてら」

昨年11月10日には5回目のコンテストを開きました。決勝審査の模

試食をさせていただきました。決勝審査の模

試食をさせていただきました。決勝審査の模

試食をさせていただきました。決勝審査の模